

Konstantin Ashtanga- Holzweissig



Senior Yogalehrer (BDY, E-RYT-500)

✉ konstantin.ashtanga@example.de

📍 Berlin, Deutschland

🌐 [linkedin.com/in/konstantin-ashtanga-holzweissig](https://www.linkedin.com/in/konstantin-ashtanga-holzweissig)

☎ +49 30 8923 5471

🌐 [konstantin-yoga.de](https://www.konstantin-yoga.de)

📷 [instagram.com/konstantin_jivamukti](https://www.instagram.com/konstantin_jivamukti)

Profil

Senior Yogalehrer mit BDY Diplom-Yogalehrer:in (4 Jahre, 720h), Yoga Alliance E-RYT-500 und 11 Jahren Studio-Berufserfahrung. Lead Teacher beim Jivamukti Yoga Berlin und Three Birds Yoga Hamburg mit Mentoring von 6 Junior-Lehrer:innen pro Jahr. ZPP-angewiesen nach Paragraph 20 SGB V mit 11 Kursen pro Jahr und durchschnittlicher TK/AOK-Bonus-Quote 96 %. 18.000+ unterrichtete Stunden, Bewertung 4,9/5 ueber 612 Reviews.

Berufserfahrung

Senior Yogalehrer & Lead Teacher

Jivamukti Yoga Berlin • Berlin, Deutschland • 01/2018 - heute

Lead Teacher fuer Berlin-Standort mit Verantwortung fuer Stundenplan, Hiring und Mentoring

- Verantwortung fuer Stundenplan mit 96 woeentlichen Slots, 14 Lehrer:innen und durchschnittlich 82 % Auslastung
- Lead von 6 Junior-Lehrer:innen pro Jahr ueber 12-monatiges Mentoring-Programm mit woeentlichen 1:1-Sessions
- Eigenes Unterrichtsraaster mit 12 Kursen pro Woche, 4,9/5 ueber 384 Eversports-Reviews, Auslastung 26/28
- Implementierung 'Donnerstag Detox Plus' 90-Min.-Special mit 36/36 Auslastung und EUR 38 Drop-in-Preis
- Co-Direktorin der BDY 200h Yoga-Lehrer:innen-Ausbildung mit 18 Teilnehmer:innen pro Kohorte

Ausbildung

BDY Bund Deutscher Yogalehrer Diplom

BDY Yoga-Akademie Berlin

Berlin, Deutschland

09/2018 - 06/2022

BDY Diplom-Yogalehrer:in
720h

1,2

Yoga Alliance RYT-500 / E-RYT-500

Jivamukti Yoga Berlin

Berlin, Deutschland

09/2016 - 06/2017

300h Aufbau Yoga-Lehrer:in
1,4

M.A. Sportwissenschaft

Universitaet Hamburg

Hamburg, Deutschland

10/2009 - 09/2013

Sport- und
Bewegungswissenschaft

GPA: 1,6

Yogalehrerin

Three Birds Yoga Hamburg • Hamburg, Deutschland

06/2014 – 12/2017

Festes Wochenraster mit 16 Kursen plus Workshops und Festivals

- Unterrichtet 16 Kurse pro Woche (Vinyasa, Yin, Restorative) mit Auslastung 22/24 und 4,9/5 Bewertung
- Konzeption und Durchführung 'Faszien-Yoga'-Workshop-Reihe mit 240 Teilnehmer:innen ueber 10 Termine
- Co-Anleitung 'Hamburg Yoga Festival' 2015-2017 mit jeweils 1.200+ Teilnehmer:innen
- Anleitung von 4 Krankenkassen-Präventionskursen pro Jahr mit 96 % Bonus-Quote bei AOK und TK

Projekte

BDY-zertifizierte Yoga-Lehrer:innen-Ausbildung 200h (Co-Direktorin)

- 01/2024 – heute

4-Modul-Ausbildung im Jivamukti Berlin mit 18 Teilnehmer:innen pro Kohorte, BDY-Bund-angelernt

Buchpublikation 'Yoga fuer den Berufsalltag'

- 04/2023 – 11/2023

Sachbuch 240 Seiten im O.W. Barth Verlag, 4.800 verkaufte Exemplare im ersten Jahr

Publikationen

05/2023 •

Stärken

Lehrer:innen-Mentoring

Begleite 6 Junior-Lehrer:innen pro Jahr ueber 12 Monate mit woechentlichen 1:1-Sessions und Hospitations-Feedback

Anatomische Tiefe

Erkläre Asana-Effekte auf Nervensystem, Faszien und Muskulatur in einfacher Sprache, dadurch 0 Verletzungen in 18.000+ Stunden

Studio-Wirtschaftlichkeit

Verantworte Hiring, Stundenplan und Marketing fuer den Berlin-Standort, EBIT-Marge 24 % bei 1,8 Mio. EUR Jahresumsatz

Fähigkeiten

Vinyasa Krama Master-
Sequencing

Pranayama Vollausbildung

Yoga-Anatomie & Therapie

Sanskrit & Yoga Sutra

Studio-Management & Hiring

Krankenkassen Paragraph 20
SGB V

Online-Streaming Vimeo OTT +
Patreon

Senior Lehrer-Mentoring

Zertifikate

BDY Diplom-
Yogalehrer:in (4 Jahre
Ausbildung, 720h)

- 06/2022

Yoga Alliance E-RYT-500
(Experienced Registered
Yoga Teacher)

- 04/2018

YACEP Continuing
Education Provider
Status

- 09/2018

Faszien-Yoga Diplom
(Robert Schleip
Research)

- 03/2020

ZPP Paragraph 20 SGB V

Praevention

Anerkennung

• 11/2017

Sprachen

Deutsch • Muttersprache

Englisch • C2

Sanskrit • B2

Franzoesisch • B2